

★ 军地俱乐部丛书
总策划：陈学建 总主编：金永吉

葫芦丝 自学入门与提高

中国民族乐器系列教材

王铁锤 著



蓝天出版社

★ 军地俱乐部丛书

总策划：陈学建 总主编：金永吉

葫芦丝自学入门与提高

中国民族乐器系列教材

王铁锤 著

 蓝天出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

葫芦丝自学入门与提高 / 王铁锤著. —北京: 蓝天出版社, 2009. 4

ISBN 978-7-5094-0192-7

I. 葫… II. 王… III. 民族管乐器—吹奏法—中国—教材 IV. J632.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 053714 号

出版发行: 蓝天出版社

地 址: 北京市复兴路 14 号

邮 编: 100843

电 话: 66983715

经 销: 全国新华书店

印 刷: 北京奥隆印刷厂

印 数: 1-5000 册

开 本: 16 开 (787×1092 毫米)

字 数: 300 千字

印 张: 12.25

版 次: 2009 年 5 月第 1 版

印 次: 2009 年 5 月北京第 1 次印刷

定 价: 25.00 元

内 容 提 要

这是一本葫芦丝自学入门与提高的书,由著名笛、箫演奏家王铁锤编著。内容包括:葫芦丝简介、构造和种类、葫芦丝的选择与保护、葫芦丝吹奏的按指方法、发音方法、呼吸方法、葫芦丝吹奏的常用技巧,包括吐音练习、连音练习、吐音与连音练习、装饰音练习、颤音练习、滑音练习、琶音练习曲和 31 首葫芦丝独奏、重奏合奏曲(部分乐曲附乐队总谱)等,共 11 部分。本书图文并茂,内容充实,由浅入深,循序渐进,入门有道,提高得法。且乐曲优美、风格各异、丰富多彩,可供葫芦丝爱好者自娱自乐,也可供专业音乐工作者舞台演奏。

作者简介

王铁锤，著名笛子演奏家、中央民族乐团国家一级演奏员、中国音乐家协会会员、文化部艺术家联谊会理事、北京乐器普及协会理事、政府特殊津贴荣获者。1932年出生于河北省定县子位村民间吹管乐世家，7岁学习吹奏民间管乐，10岁登台表演。1947年被选入华北联合大学文艺学院音乐系学习，后调进华北联合大学文工团乐队成为专业文艺工作者。

多年来，曾随团先后出访美、英、德、日、印度、挪威、荷兰、坦桑尼亚、津巴布韦等近30个国家及香港、台湾地区演出，受到热烈欢迎，曾多次在国内和国际民族乐器比赛中担任评委。在长达50多年的艺术实践中，他悉心钻研、博采众长，对民族管乐吹奏积累了丰富的经验，逐渐形成了自己的艺术个性和演奏风格，被誉为中国北派笛子大师。他不仅吹奏笛子，还擅长箫、古埙、巴乌和葫芦丝的演奏。

他编写出版了《笛子独奏曲八首》、《王铁锤笛子独奏曲集》、《竹笛吹奏入门》、《箫竖笛吹奏入门》、《笛子名曲选》以及《中国北派笛子大师笛曲精华集》、《王铁锤演奏笛、箫、巴乌、埙、葫芦丝独奏曲集》CD片等。

我所接触的云南民族民间音乐

中国是个多民族的国家,56个民族音乐文化历史悠久,博大精深,品类繁多。仅在云南26个兄弟民族中,民族民间乐器就有200多种,约占全国民族民间乐器的五分之二,被誉为“乐器的王国”,“民族音乐的海洋”。云南民族音乐丰富多彩、绚丽多姿。例如云南傣族吹奏乐器葫芦丝,吹出的音色有如抖动的丝绸那样飘逸、那般轻柔,演奏的乐曲优美动听、令人陶醉,可说是云南民族音乐海洋中的一颗灿烂的明珠。

我初次接触云南民族民间音乐是1953年,北京举行了全国第一届民间音乐舞蹈观摩汇演,云南省代表团演出的歌舞和巴乌独奏等节目,风格鲜明、颇具特色。特别是黄虹演唱的云南民歌《猜调》、《小河淌水》、《赶马调》、《昆明小调》等,优美动人的旋律、甜美悦耳的歌声,震动了首都舞台,获得一致称赞。汇演后,黄虹与我们一道赴罗马尼亚参加第四届世界青年联欢节演出,因我们要为她的独唱节目伴奏,所以特向她的原伴奏者林之音、张保荣学习了解乐器演奏形式和演奏风格。在出国演出的舞蹈节目中,我们还为傣族风格的舞蹈《孔雀舞》及云南民族风格的舞蹈《阿细跳月》、《大茶山》、《赶摆路上》等配乐演奏,这些都是我熟悉了解云南兄弟民族音乐风格的好机会。1959年我随中央歌舞团赴云南昆明演出,同时观摩了云南军区歌舞团的演出,一台具有云南浓郁风格的歌舞节目《赶马人之歌》等给我留下深刻的印象。后来又观看云南花灯剧团排练,我们向花灯剧团乐队演奏员学习花灯戏中音乐曲牌,从中学习花灯戏音乐演奏风格、特点。花灯戏是一种综合性的艺术,包括花灯歌舞、民歌小调、民间器乐曲,并吸收了彝族等兄弟民族音乐,故云南花灯戏是综合性的艺术。学习花灯戏音乐,对我了解云南民族民间音乐很有帮助。上世纪80年代我参加了傣族著名舞蹈家刀美兰表演的舞蹈集锦电影的配音工作,其中《追鱼》和《孔雀戏水》给我的印象深刻。之后又为作曲家田丰作曲的彝族歌舞电影片《红披毡》配音。我很重视这每一次学习演奏傣族、彝族音乐的机会,将伴奏乐谱珍藏起来留作学习资料。1982年云南省举办音乐家聂耳诞辰70周年学术研讨会及云南省文艺汇演。我随中央民族乐团赴昆明演出并观摩学习。云南省各民族的音乐歌舞丰富多彩,大饱眼福。会演期间,我们民族乐团曾请黄虹介绍云南民歌演唱艺术。我们观摩了云南省歌舞团的演出,并观看了翠湖公园游园晚会,演出的节目有歌舞赛歌对唱,表演了叙事歌、劳动歌、习俗歌、山歌小调、乐器

演奏等,形式多样,内容丰富。昆明演出后我们赴红河彝族、哈尼族自治州个旧市演出。观看了自治州歌舞团演出。我们向歌舞团乐队演奏员学习民族乐器吹奏,拜访歌舞团作曲家,了解学习彝族、哈尼族民间音乐,并到自治州群众文化馆了解群众文化活动开展情况,我在那里找到了一本自治州地区民歌曲集,这是珍贵的学习资料。接下来我们转赴聂耳故乡玉溪演出后,又赴云南大理白族自治州观看白族三月街文化艺术节。紧接着我们又赶赴云南瑞丽德宏傣族、景颇族泼水节。芒市中心广场聚集着数千人载歌载舞欢庆节日。舞台上表演了傣剧,傣剧的音乐源于德宏傣族民间歌曲和民间歌舞音乐,又借鉴了滇剧及汉族戏曲音乐,经过多年融合发展而成的。伴奏乐器有铓锣、象脚鼓、韵板、象脚琴、葫芦丝等特色乐器。傣剧音乐风格别致,是一种很有感染力的民族音乐戏剧。观摩傣剧后使我对兄弟民族乐器演奏很受启发,产生了强烈兴趣。

经过多次接触和学习,使我对云南的民族音乐增长了见识,增加了了解,特别对云南兄弟民族的吹奏乐器葫芦丝印象深刻,非常喜爱。我买来葫芦丝乐器刻苦学习吹奏并着手编曲,在演出和录音中加进了云南兄弟民族特色吹奏乐器葫芦丝曲目。演出后受到国内外观众欢迎。不少人来信要求学习葫芦丝吹奏技法和索要有关的吹奏资料,为此我编写了《葫芦丝自学入门与提高》一书。

愿此书能为葫芦丝爱好者提供方便,更快地学习掌握此种乐器吹奏。逐渐提高葫芦丝的演奏能力。

让优秀的中华民族音乐之花开放得更加绚丽。

王铁锤
2003年8月

目 录

一、葫芦丝简介.....	(1)
1. 葫芦丝简介	(1)
2. 葫芦丝称谓的由来	(1)
3. 葫芦丝的构造和种类	(3)
二、葫芦丝的选择与保护	(6)
1. 葫芦丝的选择	(6)
2. 葫芦丝的保护与修理	(6)
三、葫芦丝吹奏入门	(7)
1. 葫芦丝吹奏按指方法	(7)
2. 葫芦丝吹奏发音方法	(7)
3. 葫芦丝吹奏姿势	(8)
4. 葫芦丝吹奏的呼吸方法	(9)
5. 葫芦丝吹奏入门初级练习曲	(11)
四、葫芦丝吹奏中的吐音练习	(21)
1. 单吐音	(21)
2. 双吐音	(23)
3. 三吐音	(24)
五、葫芦丝吹奏中的连音练习	(26)
六、葫芦丝吹奏中的吐音与连音练习	(38)
七、葫芦丝吹奏中的装饰音练习	(48)
1. 单倚音	(48)
2. 双倚音与三倚音	(51)
3. 后倚音	(51)
八、葫芦丝吹奏中的颤音练习	(54)
1. 二度指颤音	(54)
2. 三度指颤音	(58)
3. 指颤音(又称 搨音)	(58)
4. 气颤音(又称气震音)	(59)
5. 指打音	(60)
九、葫芦丝吹奏中的滑音练习	(63)

十、葫芦丝吹奏中的琶音练习	(65)
十一、葫芦丝独奏、重奏、合奏曲练习	(67)
1. 美丽的西双版纳	王铁锤 编曲 (67)
2. 版纳风光(附乐队总谱)	王铁锤编曲 穆祥来配器 (69)
3. 傣乡风情	王慧中曲 王铁锤改编 (86)
4. 幽静的夜晚	哈尼族民间乐曲 王铁锤改编 (88)
5. 傣寨情歌	王次恒 曲 (91)
6. 烟盒舞	王铁锤 编曲 (94)
7. 月光下的凤尾竹	施光南 曲 (97)
8. 欢乐的泼水节(附乐队总谱)	王慧中 曲 (99)
9. 洱海渔歌	王铁锤 编曲 (118)
10. 山茶花开	王铁锤 编曲 (120)
11. 月夜情思	王铁锤 编曲 (122)
12. 石林欢歌	王铁锤 编曲 (124)
13. 瑞丽江畔	王铁锤 编曲 (126)
14. 瑶族山歌	王铁锤 改编 (128)
15. 姑娘快出来	哈尼族民间乐曲 王铁锤 改编 (130)
16. 哪里来的客(葫芦丝二重奏曲)	彝族民歌 王铁锤 记谱 (132)
17. 夫妻双双把家还(葫芦丝二重奏)	黄梅戏《天仙配》选曲 王铁锤 记谱 (134)
18. 社会主义好(葫芦丝重奏曲)	李焕之 曲 (135)
19. 阿里山的姑娘	台湾民歌 王铁锤 改编 (137)
20. 迎春	何维青 曲 (139)
21. 月夜	龚启森 曲 (142)
22. 美丽的金孔雀(附乐队总谱)	刘 强 曲 (144)
23. 竹林深处(附乐队总谱)	杨正玺 龚全国 曲 (156)
24. 金色的孔雀	余天佑 胡运籍 曲 (166)
25. 欢乐的泼水节	周成龙 张祖豫 曲 (168)
26. 欢乐的嘎光	杨正仁 王 震 曲 (172)
27. 美丽的金孔雀	杨建生 曲 (174)
28. 火把节之夜	杨伟 曲 金荣 改编 (176)
29. 会唱歌的金葫芦(葫芦丝小合奏)	杨建生 曲 (178)
30. 迷人的葫芦箫(附扬琴伴奏谱)	杨建生 曲 (180)
31. 芦箫情	陈 勇 曲 (186)

一、葫芦丝简介

1. 葫芦丝简介

葫芦丝是中国云南傣族、彝族、阿昌族、佤族等兄弟民族地区的簧管吹奏乐器。它音色轻柔细腻、圆润质朴、富有魅力、颇具特色。无论在喜庆节日或音乐舞台上,都能听到醇厚柔美、乡土气息浓郁的葫芦丝乐曲演奏,受到广大海内外观众的喜爱。

2. 葫芦丝称谓的由来

葫芦丝在云南兄弟民族地区,虽都是同种簧管吹奏乐器,但各民族却有着不同的称谓。阿昌族称葫芦丝为“泼勒翁”。“泼勒”直译为箫,“翁”是葫芦,阿昌族称葫芦丝乐器为葫芦箫。佤族称葫芦丝为“拜洪廖”。“拜”是佤族对簧管乐器的总称,“洪廖”是葫芦,“拜洪廖”意为带葫芦的簧管吹奏乐器。德昂族称葫芦丝为“布赖”。“布”是吹,“赖”是葫芦,“布赖”即为能吹奏的葫芦。傣族称葫芦丝叫“笙朗叨”。“笙”是傣族吹管乐器的总称,“朗”是直吹的意思,“叨”是葫芦,“笙朗叨”意为带葫芦的直着吹奏的乐器。汉族认为葫芦丝吹出的音色有如抖动丝绸那样飘逸柔美,故称葫芦丝。

在云南傣族地区有关葫芦丝的由来,流传着一个美丽动人的故事。传说很久很久以前,一次山洪暴发,一位傣族青年抱起一个大葫芦,闯过惊涛骇浪,救出了自己心爱的姑娘。他忠贞不渝的爱情感动了佛祖,佛祖把竹管插入葫芦,送给勇敢的小伙子。小伙子捧起葫芦,吹出了美妙的乐声。顿时,风平浪静、鲜花盛开、百鸟齐鸣、孔雀开屏,共同祝愿这对情侣美满、幸福。从此,笙朗叨在傣家世代相传,并受到各族人民的青睐。

传统的葫芦丝由于音管长短、粗细不同,分为高音、中音、低音三种,傣族人民喜欢吹奏高音葫芦丝,佤族、德昂族、布朗族等爱吹中音葫芦丝,阿昌族多吹低音葫芦丝。

葫芦丝主要用于独奏、合奏或为傣戏伴奏。擅长吹奏山歌、情歌等民间曲调。民间流传的乐曲有《情调》、《串门调》、《串寨调》和《山歌调》等。

下面请看傣族、德昂族、阿昌族葫芦丝演奏图片和北京中小學生进行葫芦丝演奏。



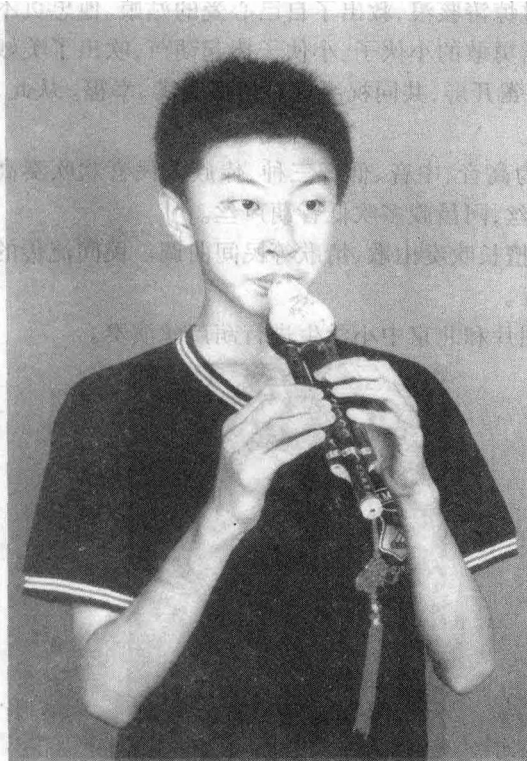
著名傣族笙朗叨演奏家莫全国在演奏



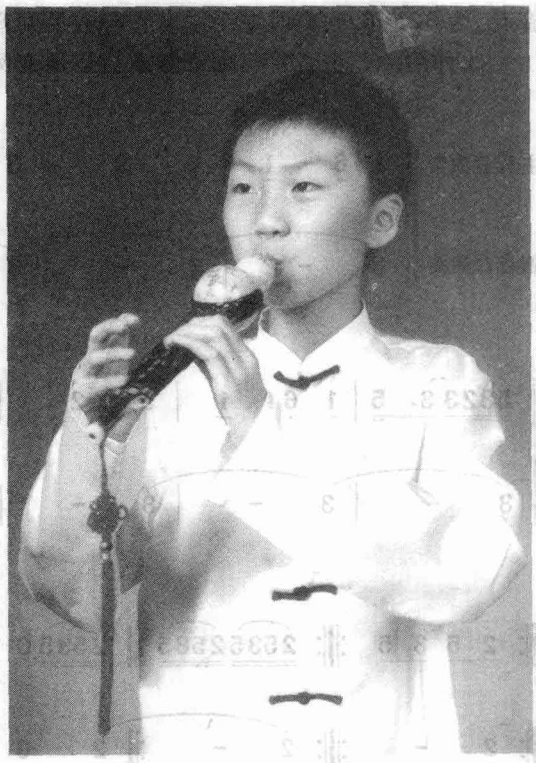
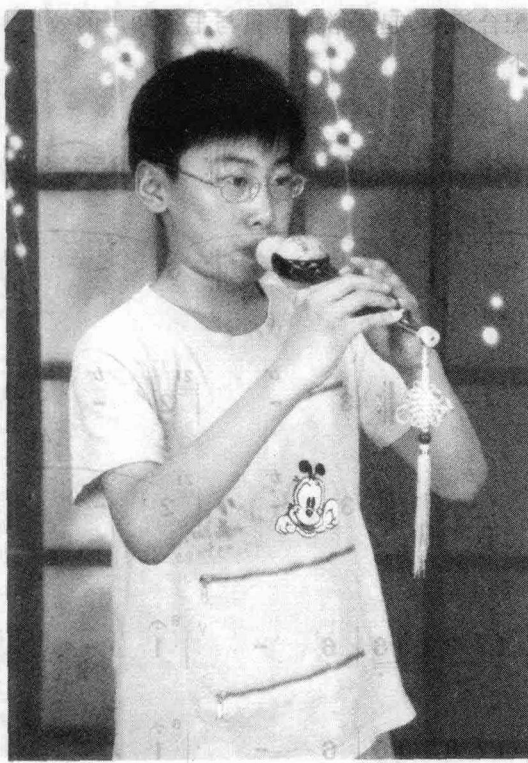
德昂族著名艺人李腊翁演奏布赖



阿昌族泼勒翁演奏受到群众欢迎



北京中小學生進行葫蘆絲演奏



3. 葫芦丝的构造和种类

葫芦丝由一个葫芦和三根竹管(中间一根的竹管略粗略长为主音管,两旁各一根竹管略细略短为附音管)组装而成。

首先选择一个小型葫芦,葫芦上端有一个圆形的口,作为吹气孔。葫芦底部中间开三个圆形小口,将略粗稍长的主音管体装进葫芦底部中间的圆形口,另两支略短稍细的竹管插进主音管两旁的圆形口内,用蜡封严。葫芦丝管体一般用竹子为原料,主音管体长度为 25-37 厘米。管体上部右侧开挖一个长方型槽,将铜制的簧片装进槽内,用蜡将簧片周边封严。将主音管插进葫芦底部中间口内封严。主音管上端背面设有一个音孔为 6 音。6 音下方管体正面有七个出音孔,分别为 5、3、2、1、7、6、5 按严管体面上方六个音孔、轻吹第七音孔为 5。主音管按顺序吹奏出 5、6、7、1、2、3、5、6 八个音。葫芦上插上两支稍短和略细的竹管为副音管。传统的葫芦丝,副音管有的设在主音管左边,有的设在主音管右边,副音管上的音为 3 音,与主音管的音组成和声音。副音管不设音孔。

第二种改进制的葫芦丝,与第一种传统的葫芦丝大致相同,不同之处是在副音管上做了改进,即在副音管背面开设一个音孔为 3 音,此音孔需要发音时可以出音,不需要发音时可用右手大拇指将此音孔按严,副音管的音随即停止。此项葫芦丝乐器改革是由原北京民族乐器厂于景山研究改制的。曾在 1983 年 10 月长沙全国少数民族乐器优质产品评选会议上荣获一等奖。同年在北京市一轻局获四小发明特等奖并获北京市四小发明一等奖。

第三种葫芦丝,是由王铁锤设计,经张京军制作改革的。在右边副音管体正面增设有四个音孔,为321-6,吹奏时左手主音管与右手副音管配合演奏,起到增大音量与丰富和声的效果。

此种葫芦丝主音管与副音管演奏运用谱例如下:

主音管演奏

副音管演奏

53233. 5 | 1 6 1 | 5 2 | 3 - | 53233 | 53235323 |

3 - | 3 - | 3 - | 3 - | 3 - | 3 - |

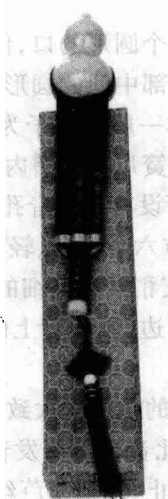
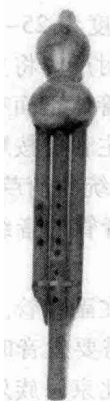
53233. 5 | 1 6 1 | 5 2 | 2 - | 3 - | 21 2 - |

3 - | 3 - | 3 - | 2 - | 3 - | 21 2 - |

2 5 3 5 | 25352535 | 2535 0 | 12 3 2 1 6 | 6 - | 1 - |

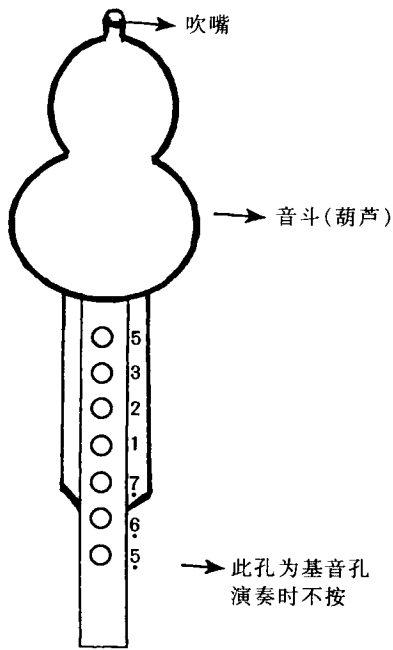
2 - | 2 - | 2 0 | 12 3 2 1 6 | 6 - | 1 - |

请看下面三种葫芦丝图片:

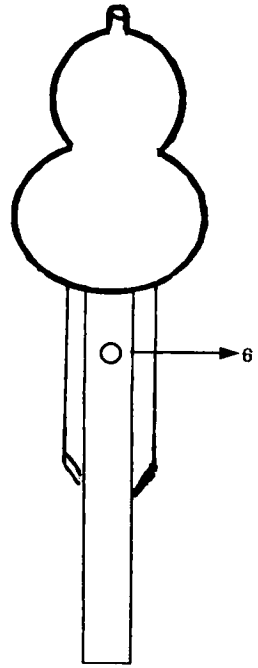


葫芦丝构造图

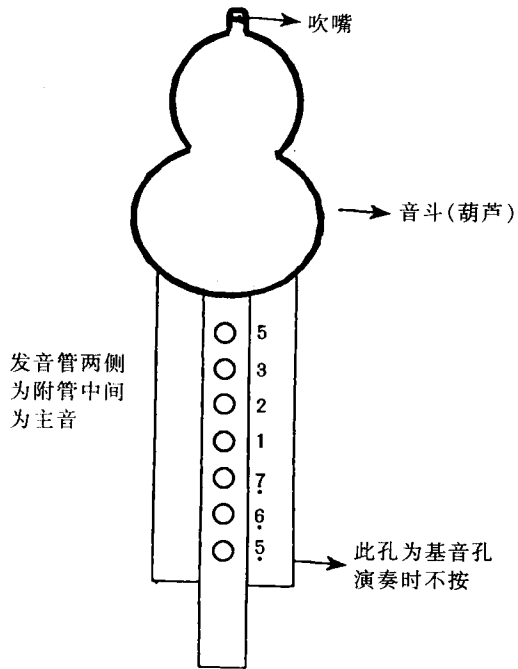
第一种 正面图



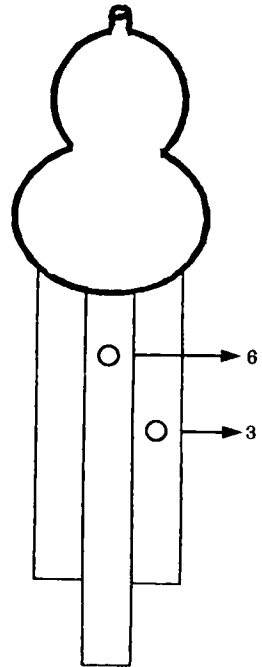
背面图



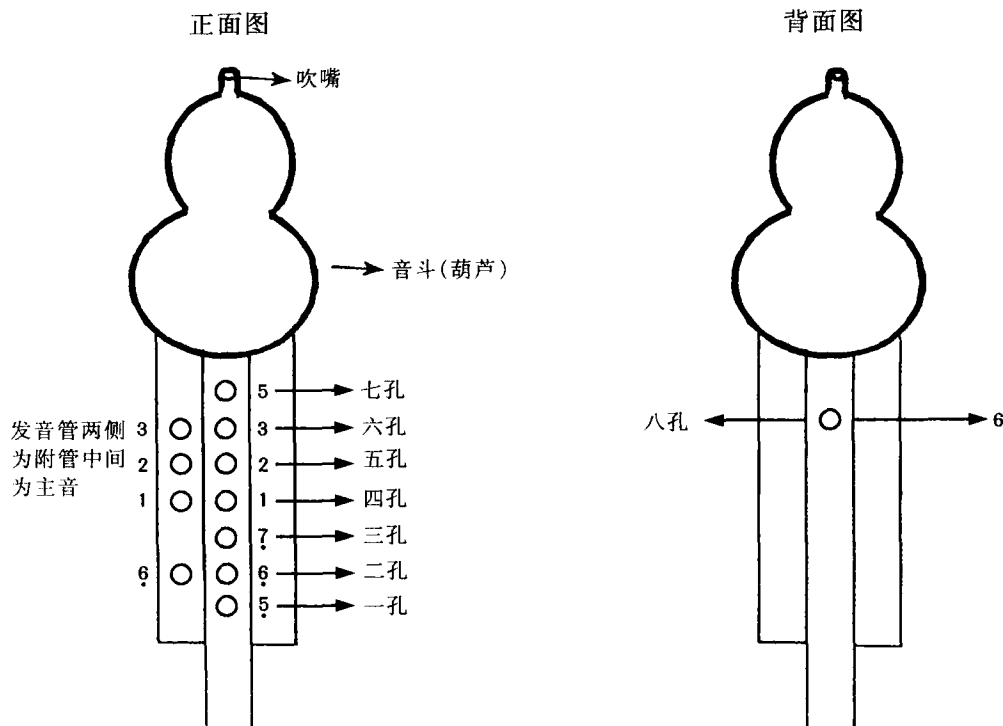
第二种 正面图



背面图



第三种



注:葫芦丝中间为主音管,正面为 $\dot{5}\dot{6}\dot{1}23\dot{5}$,背面为 $\dot{6}$,主音管低音 $\dot{5}$ 不按音孔。附音管音为 $\dot{6}\dot{1}23$ 。

二、葫芦丝的选择与保护

1. 葫芦丝的选择

选择葫芦丝首先要考虑葫芦丝乐器的外观形状和民族特色。如传统葫芦丝,葫芦部位采用葫芦本色,管体用竹料制作,保留了竹子本色。此种葫芦丝制作工艺精细,外形质朴美观,民族特色浓郁。取到一支葫芦丝后,要先吹奏检测葫芦与管体安装是否严密,不能漏气,以免影响吹奏。其次要吹奏检查 $\dot{5}\dot{6}\dot{7}\dot{1}23\dot{5}\dot{6}$ 各个音,是否气到音出,要求发音灵敏,音质要纯正,音色柔美圆润。

一般云南傣族葫芦丝为高音 C 调或高音 D 调,这种调门的葫芦丝音色明亮甜美,少数葫芦丝为 $\flat B$ 调。葫芦丝的音色应与巴乌有所区别,如葫芦丝音域过低就与巴乌音色相似了。

2. 葫芦丝的保护与修理

葫芦丝要轻拿轻放,避免碰撞或摔裂。葫芦与管体松开漏气时可用蜡灌上封严。如果吹奏时间长了,主音管的高音 $\dot{6}$ 可能出不来声音,这时可将主音管倒过来,两手将管体音孔按严,主音管低部管口放进口中,轻轻向管径内吹气,使主音管内簧片略为向上翘起,高音 $\dot{6}$ 可以试吹

发出声音。吹奏时切忌在吹嘴处倒吸气,以免损坏簧片。吹奏时不能用气过猛,用气宜徐缓,吹至高音 5、6 时用气要轻。吹奏时间不宜过长,时间过长水气堆积过多,会损伤葫芦丝簧片,影响吹奏,若水气堆积过多,可握住葫芦丝尾部,将水气甩出。

葫芦丝不用时应放入盒内,妥善保管。一般不要让没有掌握吹奏要领的人胡乱吹奏,以免损坏。

选购葫芦丝时,最好找熟悉这种乐器的人去帮助挑选试吹,方能买到上乘的乐器。

目前生产葫芦丝乐器的,云南有杨声,上海有沈钰青,北京有张京军。张京军毕业于北京民族乐器厂技术学校,后进入北京民族乐器厂管乐车间工作,学习与掌握了多种中国民族管乐器制作,经过长期刻苦钻研,在传统葫芦丝的基础上,他制作的葫芦丝易于吹奏,音色优美、音质纯正,民族特色浓郁,受到葫芦丝爱好者的青睐。



张京军在精心制作葫芦丝

三、葫芦丝吹奏入门

在明确了葫芦丝的构造后,就可以拿一支葫芦丝乐器进行实际操作开始吹奏练习了。

1. 葫芦丝吹奏按指方法

首先用左手拇指将葫芦丝上端主音管背面 6 音按严,左手食指按严管体正面 5 音孔,中指按严 3 音孔,无名指按严 2 音孔。然后用右手拇指托住背面管体,右手食指按严管体上 1 音孔,中指按 7 音孔,无名指按严 6 音孔,上述七个音孔全按严,轻吹为 5,最低音孔不按。吹奏时,手指要自然放松,手指放平按严音孔,要反复启动练习。手指不要抬得太高,既要按严音孔有一定力度,又要启动灵活,不能僵硬,以免影响手指按乐曲节奏、速度需要的灵活启动。

2. 葫芦丝吹奏发音方法

明确了葫芦丝的按指方法后,可以开始练习吹奏。先将葫芦丝吹口放在嘴唇中间,双唇肌肉适当绷紧,舌尖快速向前伸出,将气吹出,使簧与管产生共振,轻轻地发出吐 1—、吐 1—的声音。要求发出的吐音结实纯净,不要有难听的杂音。再将右手拇指、食指、中指、无名指按严 6、

5、3、2 四个音孔,练习吹奏 1 音。如 $\parallel \underset{\text{吐}}{1} - - - \mid \underset{\text{吐}}{1} - - - \mid \underset{\text{吐}}{1} \underset{\text{吐}}{1} \underset{\text{吐}}{1} \underset{\text{吐}}{1} \mid \underset{\text{吐}}{1} - - - \parallel$

吹奏时气要集中,发出的音才能结实、圆润。再抬起左手的无名指,吹 2 音。 $\parallel \underset{\text{吐}}{2} - - - \mid$

$\underset{\text{吐}}{2} - - - \mid \underset{\text{吐}}{2} \underset{\text{吐}}{2} \underset{\text{吐}}{2} \underset{\text{吐}}{2} \mid \underset{\text{吐}}{2} - - - \parallel$ 再抬起左手中指,吹 3 音。 $\parallel \underset{\text{吐}}{3} - - - \mid$

3 - - - | 3 3 3 3 | 3 - - - || 再抬起左手食指吹 5 音。|| 5 - - - |
吐 吐 吐 吐 吐 吐
5 - - - | 5 5 5 5 | 5 - - - || 6 音是葫芦丝乐器中的最高音域,左手拇指
吐 吐 吐 吐 吐 吐

打开主音管背面的音孔,即可轻轻吹出 6 音。用气徐缓地吹出 || 6 5 3 1 | 1 - - - ||

熟悉了以上指法,掌握了这几个音的吹奏,就可以进行下面的练习。

1 2 | 3 - | 3 2 | 1 - | 1 3 | 2 1 | 2 - | 2 - |
吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐
1 2 | 3 - | 3 2 | 1 - | 1 3 | 2 2 | 1 - | 1 - ||
吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐 吐

熟悉了12356五个音的音位后,即可开始练习1以下的音。先将左手四个音孔都按严,然后用右手拇指托住主音音管管体背面,右手食指将1音孔按严,即可吹出7音。右手中指将7音孔按严,即可吹出低音6。用右手无名指按严6音孔,即可吹出低音5。主音管最下面的音孔不按。1以下的765各音要反复进行练习。

例:

(1) || 1 - | 7 - | 6 - | 5 - | 5 - | 6 - | 7 - | 1 - ||

(2) || 5 - | 6 - | 7 - | 1 - | 2 - | 3 - | 5 - | 6 - |
6 - | 5 - | 3 - | 2 - | 1 - | 7 - | 6 - | 5 - ||

(3) || 1 - | 7 - | 6 - | 5 - | 1 2 | 2 - | 5 - | 2 5 |
16 5 - | 5 2 21 | 2 5 6 | 1 2 5 2 | 6 - | 58 5 - ||
5 5 6 1 2 5 6

3. 葫芦丝吹奏姿势

熟悉了葫芦丝的吹奏指法,在进行吹奏时还应当掌握葫芦丝正确的吹奏姿势。葫芦丝吹奏姿势分站式与坐式两种。一般独奏为站式,合奏或个人练习时采取坐式。

站式:要求身体直立,两脚稍微分开,也可一脚稍向前,一脚稍后。两腿要站直,胸部挺起,两肘自然下垂,双手持葫芦丝,将吹口放进嘴唇中间含住吹口、乐器与上身形成45度角。吹奏